



ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ  
ХАНТЫ - МАНСИЙСКОГО АУТОНОМНОГО ОКРУГА – ЮГРЫ  
Бюджетное учреждение профессионального образования Ханты-Мансийского  
автономного округа – Югры  
«Междуреченский агропромышленный колледж»

Утверждаю:  
Директор  
БУ «Междуреченский агропромышленный колледж» М.Л. Адамович  
« 27 » сентября 2022 года



Согласовано:  
Председатель первичной профсоюзной организации  
Полякова М.В. Полякова  
« 29 » сентября 2022 года

Инструкция ИОТ № 82

Инструкция по охране труда в тренажерном зале

2022г.

Настоящая инструкция разработана в соответствии с действующим законодательством и нормативно-правовыми актами в области охраны труда и может быть дополнена иными дополнительными требованиями применительно к конкретной должности или виду выполняемой работы с учетом специфики трудовой деятельности в БУ «Междуреченский агропромышленный колледж») (далее - Колледже) и используемых оборудования, инструментов и материалов. Проверку и пересмотр инструкций по охране труда организует работодатель. Пересмотр инструкций должен производиться не реже одного раза в 5 лет.

## **1. Общие требования охраны труда в тренажерном зале**

1.1. Представленные положения данной инструкции по охране труда распространяется на всех работников Колледжа, которые проводят учебные занятия с обучающимися в тренажерном зале (преподавателей, педагогов дополнительного образования и т.д.).

1.2. К самостоятельной работе в тренажерном зале допускаются лица:

- достигли возраста 18 лет, имеют обязательный периодический медицинский осмотр при отсутствии каких-либо медицинских противопоказаний для самостоятельной работы в тренажерном зале;
- имеющие высшее или средне специальное образование или соответствующий опыт работы в учебном заведении;
- прошли необходимый вводный инструктаж по технике безопасности, инструктаж на рабочем месте;
- ознакомлены со всеми инструкциями по эксплуатации тренажеров, спортивного оборудования и необходимых приспособлений.

1.3. Работник, работающий в тренажерном зале, обязан строго соблюдать Правила внутреннего трудового распорядка, а также режим работы учебного заведения. График работы в тренажерном зале определяется расписанием занятий, которое должно быть утверждено директором Колледжа.

1.4. Вредными и опасными факторами при проведении занятий в тренажерном зале являются:

- физические факторы, такие как тренажеры, спортивное оборудование и инвентарь; высокое напряжение в электрической сети; система вентиляции; повышенные статические и динамические нагрузки);
- химические факторы, такие как повышенное загрязнение воздуха в помещении пылью.

1.5. Обо всех выявленных неисправностях на рабочем месте сотрудник, работающий в тренажерном зале, обязан незамедлительно информировать заместителя директора по общим вопросам, а в случае их отсутствия на рабочем месте – директора Колледжа или дежурного администратора.

К таким неисправностям относятся:

- различные неисправности в электропроводке;
- неисправности спортивного оборудования и инвентаря;
- неисправности сантехнического оборудования;



- неисправности системы вентиляции;
- неисправности мебели;
- нарушение целостности оконных стекол.

При выявлении данных неисправностей необходимо обязательно внести соответствующую запись в журнал заявок.

1.6. Для обеспечения пожарной безопасности в строго определенном и легкодоступном месте тренажерного зала должен находиться исправные огнетушители.

1.7. Для оказания неотложной доврачебной помощи в строго определенном и легкодоступном месте тренажерного зала должна находиться медицинская аптечка, полностью укомплектованная всеми необходимыми медикаментами и перевязочными средствами, срок годности которой в тренажерном зале должен регулярно проверяться.

1.8. В тренажерном зале на видном месте должна быть размещена инструкция по технике безопасности, предназначенная для обучающихся.

1.9. В начале каждого учебного года необходимо проводить со всеми обучающимися вводный инструктаж (для этого необходимо выделить отдельный урок по плану) по технике безопасности с обязательной записью в журнале регистрации инструктажей обучающихся.

1.10. Перед началом проведения занятий на новых типах тренажеров, с использованием новых видов спортивного оборудования (инвентаря) и выполнением новых физических упражнений, необходимо провести со всеми учениками новый инструктаж по технике безопасности с обязательной записью в соответствующем журнале.

1.11. В случае получения травмы кем-либо, работающий в тренажерном зале, обязан срочно сообщить о случившемся дежурному администратору и медицинскому работнику. При необходимости экстренно оказать первую неотложную доврачебную помощь пострадавшим.

1.12. В случае невыполнения или нарушения кем-либо техники безопасности, со всеми необходимо провести внеплановый инструктаж по технике безопасности с его обязательной регистрацией в соответствующем журнале.

1.13. Все окна в тренажерном зале не должны иметь решеток.

1.14. За любое невыполнение или нарушение положений настоящей инструкции по охране труда в тренажерном зале сотрудник, работающий в тренажерном зале, несет персональную ответственность в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации.

## **2. Требования охраны труда перед началом работы в тренажерном зале**

2.1. Перед началом работы в тренажерном зале необходимо визуально проверить исправность электропроводки, тренажеров, спортивного оборудования и инвентаря, сантехнического оборудования, системы вентиляции, мебели, а также целостность оконных стекол.



2.2. Необходимо проверить правильность установки тренажеров, спортивного оборудования и инвентаря, провести необходимые изменения с целью исключения получения травм.

2.3. Отстранить от занятий тех, кто не имеет медицинского допуска до момента предоставления ими медицинской справки о возможности выполнения ими повышенных физических нагрузок.

2.4. Необходимо проверить наличие необходимой спортивной одежды и обуви.

2.5. В случае выявления каких-либо неисправностей тренажеров, спортивного оборудования и инвентаря сотрудник, работающий в тренажерном зале, обязан своевременно проинформировать об этом заместителя директора по общим вопросам, а при его отсутствии на рабочем месте – дежурного администратора и внести необходимую запись в журнал заявок.

2.6. Необходимо отстранить от занятий всех, в случае выявления любых несоответствий тренажеров, спортивного оборудования и инвентаря установленным в данной инструкции по технике безопасности в тренажерном зале требованиям, а также при невозможности выполнить указанные в данной инструкции подготовительные к работе действия.

2.7. Не допускать к занятиям тех, у кого одежда и (или) обувь которых не соответствуют требованиям техники безопасности при проведении конкретного вида деятельности в тренажерном зале, а также имеющих медицинские противопоказания.

### **3. Требования охраны труда во время проведения работы в тренажерном зале.**

3.1. Во время проведения работы в тренажерном зале необходимо строго соблюдать правила эксплуатации тренажеров, спортивного оборудования и инвентаря, электроосвещения. Также необходимо строго соблюдать все рекомендации медицинского работника по дозировке физической нагрузки.

3.2. Работник, работающий в тренажерном зале, обязан обеспечить:

- поддержание надлежащего порядка и чистоты в тренажерном зале;
- проведение инструктажа по технике безопасности перед выполнением физических упражнений на тренажерах с большими нагрузками;
- строгое соблюдение всех требований соответствующих инструкций по технике безопасности при выполнении физических упражнений на конкретных тренажерах и с использованием спортивного оборудования;

3.3. Во время проведения работы в тренажерном зале запрещено:

- использовать тренажеры, спортивное оборудование и инвентарь в качестве подставок под предметы;
- допускать излишнее скопление неиспользуемого спортивного оборудования и инвентаря в тренажерном зале;



➤ самостоятельно проводить ремонт тренажеров, спортивного оборудования и приспособлений;

➤ оставлять тренирующихся в тренажерном зале одних без присмотра.

3.4. После завершения выполнения физических упражнений необходимо обеспечить приведение тренажеров, спортивного инвентаря и оборудования в безопасное состояние.

3.5. Использование ионизаторов воздуха возможно только во время перерывов в работе и при отсутствии людей и помещении.

3.6. Во время открывания оконных рам необходимо следить за отсутствием сквозняков, которые могут повлечь за собой разбитие оконных стекол.

#### **4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях в тренажерном зале**

4.1. В случае возникновения аварийных ситуаций, которые могут повлечь за собой получение травм и (или) отравление, работник, работающий в тренажерном зале, обязан экстренно эвакуировать из тренажерного зала всех, руководствуясь схемой эвакуации и соблюдая при этом спокойствие и порядок.

К аварийным ситуациям относятся:

замыкание электропроводки, прорыв водопроводных труб, задымление, появление посторонних запахов и т.п.

Затем необходимо немедленно сообщить о случившемся инженеру по охране труда и заместителю директора по общим вопросам, а в случае их отсутствия на рабочем месте – дежурному администратору и директору Колледжа.

4.2. При поражении кого-либо электрическим током необходимо экстренно принять все возможные меры по его освобождению от действия электрического тока путем отключения электропитания, срочно обратиться за помощью к медицинскому работнику данного учебного заведения и, при необходимости, оказать первую неотложную доврачебную помощь пострадавшему.

4.3. В случае наличия пострадавших работник, работающий в тренажерном зале, обязан срочно обратиться за помощью к медицинскому работнику, а, при необходимости, оказать первую доврачебную помощь пострадавшим лицам.

4.4. В случае возникновения возгорания необходимо отключить электропитание, срочно сообщить о случившемся в ближайшее отделение пожарной охраны, а также директору Колледжа, после чего приступить к ликвидации пожара всеми имеющимися в наличии первичными средствами пожаротушения.

#### **5. Требования охраны труда после завершения работы в тренажерном зале**

5.1. После завершения занятий:

➤ привести тренажеры, спортивное оборудование и приспособления в их исходное состояние;

➤ сложить используемый спортивный инвентарь в специально отведенные места, предназначенные для его хранения.

5.2. Выключить освещение, перекрыть водопроводные краны и закрыть все окна.

5.3. При выявлении любых неисправностей мебели, тренажеров, спортивного оборудования, системы вентиляции, нарушения целостности оконных стекол необходимо своевременно информировать об этом заместителя директора по общим вопросам, а при его отсутствии на рабочем месте – дежурного администратора и внести соответствующую запись в имеющийся журнал заявок.

Разработал:  
Заместитель директора  
Карпова А.В.

Согласовал:  
Специалист по ОТ  
Сафин С.О.



